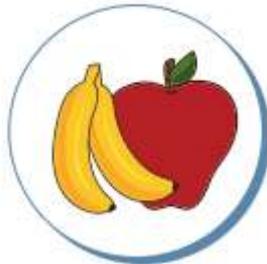


PERAWATAN
GIGI
DAN
MULUT:
SARAN
UNTUK
SEMUA
USIA



Jalani pola makan seimbang dengan 5 porsi buah dan sayur sehari



Kurangi makanan dan minuman manis



Sikat gigi Anda selama 2 menit menggunakan pasta gigi berfluorida dua kali sehari (sebelum tidur dan satu kali di waktu lain). Ganti sikat setiap 3 bulan atau lebih cepat jika sudah aus



Berhenti merokok jika Anda mengonsumsi alkohol, pertimbangkan untuk mengurangi jumlah yang Anda konsumsi

AKSES
KE
LAYANAN
GIGI
NHS



Perawatan gigi yang mendesak

Jika perawatan gigi mendesak diperlukan, hubungi **NHS 111**. Jangan menghubungi Dokter Umum atau pergi ke UGD karena mereka tidak memberikan perawatan gigi darurat.

Menemukan dokter gigi NHS

Untuk menemukan dokter gigi NHS terdekat, [kunjungi NHS.uk](https://www.nhs.uk/service-search/find-a-dentist)
<https://www.nhs.uk/service-search/find-a-dentist>

Pastikan Anda mengakses dokter gigi NHS yang menerima pasien NHS

Kapan perawatan gigi NHS gratis?

Perawatan gigi NHS berlaku gratis:

- untuk melepas jahitan, menghentikan pendarahan di mulut, memperbaiki gigi palsu)
- jika orang tersebut berusia di bawah 18 tahun atau di bawah 19 tahun dan dalam pendidikan Purnawaktu
- jika orang tersebut menerima tunjangan tertentu. Beritahu dokter gigi Anda jika Anda menerima tunjangan. Bukti harus ditunjukkan untuk menghindari biaya-biaya
- jika orang tersebut sedang hamil atau baru melahirkan dalam 12 bulan terakhir. Sertifikat 'MAT B1' atau sertifikat pengecualian kehamilan (MatEx) harus ditunjukkan ke praktik dokter gigi tersebut.

Seseorang dengan pendapatan rendah atau tidak memiliki jaminan sosial kesehatan dapat mengajukan permohonan bantuan biaya [perawatan gigi NHS](https://www.nhs.uk/nhs-services/help-with-health-costs/nhs-low-income-scheme-lis/).

<https://www.nhs.uk/nhs-services/help-with-health-costs/nhs-low-income-scheme-lis/>

Tergantung pada kelayakannya, seseorang dapat menerima bantuan penuh (sertifikat HC2) atau bantuan sebagian (sertifikat HC3) dengan biaya.

**DAMPAK
COVID-19
PADA
LAYANAN
GIGI
NHS**



Dampak COVID-19 pada layanan gigi

Beberapa perubahan telah dilakukan pada perawatan gigi rutin karena COVID-19.

Kapasitas layanan gigi NHS tidak dapat beroperasi penuh karena dampak COVID-19.

Artinya, mereka yang membutuhkan perawatan gigi mendesak akan diprioritaskan terlebih dahulu.

Perlu waktu agar semua layanan kesehatan gigi dapat berjalan dengan kapasitas yang sama seperti sebelum COVID-19. Artinya, bagi kebanyakan orang, mungkin akan ada waktu tunggu guna mendapatkan perawatan rutin (misalnya penambalan gigi yang tidak mendesak dan pemeriksaan biasa).

Ingat...

- Registrasi dokter umum tidak diperlukan untuk berobat ke dokter gigi.
- Dokter gigi TIDAK boleh meminta bukti alamat atau bukti status imigrasi kepada migran ketika mereka mengajukan permohonan untuk mengakses perawatan gigi NHS.
- Jika Anda memerlukan layanan juru bahasa atau penerjemahan, informasikan kepada praktik dokter gigi, dan mereka akan membantu.

Informasi diperbaiki per 21.10.2021

Selebaran ini dikembangkan bersama, dipimpin oleh Dr. Sarah Kaddour, NHSEI
hubungi s.kaddour@nhs.net jika Anda memiliki pertanyaan
Materi akan ditinjau kembali Desember 2022